

11月23日(土) 特別プログラム

プール		スタジオ
10:10~11:10 子どもスイミング 3・4・5コース	10:30	10:30~11:30
	11:00	 (SHU)
11:15~12:00 マスタースイム (横山)4・5コース	11:30	
	12:00	11:45~12:30 ZUMBA (篠田)
	12:30	
	13:00	12:45~13:30 エアロファン (篠田)
13:30~14:00 アクアダンス (KUKI)1・2コース	13:30	
	14:00	13:45~14:30  (HIRO)
14:10~14:40 水中バレーボール (小谷)4・5コース	14:30	
	15:00	14:45~15:30 スロウ フロウ ヨガ (永坂)
15:30~18:00 子どもスイミング 全コース	15:30	
	16:00	
	18:00	

※デイ会員様は10時~17時でご利用いただけます